
EL DESPERDICIO ALIMENTARIO, LA ASIGNATURA PENDIENTE EN LOS HOGARES

El 31% de los españoles no sabe cómo reducir el desperdicio alimentario en casa

- Aunque 6 de cada 10 españoles es consciente de que debe reducir la cantidad de comida que tira a la basura en casa, 3 de cada 10 reconoce que no sabe cómo hacerlo.
- Los últimos datos del VI Observatorio Nestlé revelan que una de las causas principales es que los españoles compran y cocinan más comida de la que realmente necesitan. De los hogares que más desperdician, el 40% cocina en exceso y hasta el 23% de estos llena la cesta de la compra con productos que luego no consume.

El perfil del “desperdiciador”: planifica menos y es más desorganizado

- El 60% de los españoles que más desperdicia improvisa el menú y compra al día.
- Compra más sin lista de la compra y el 15% se gasta bastante más del presupuesto previsto.
- También es más desorganizado en la conservación de los alimentos. Ordena menos la nevera por fecha de caducidad que el resto de españoles y solo un 55% revisa el estado de los alimentos para así consumir antes aquellos que están a punto de caducar.

Esplugues de Llobregat, 4 de septiembre de 2019.— Aunque el 65% de los españoles es consciente de que debe reducir la cantidad de comida que tira a la basura en casa, los últimos datos del **VI Observatorio Nestlé sobre Hábitos Nutricionales y Estilos de Vida de las Familias** revelan que hasta el 31% de ellos no sabe cómo evitar el desperdicio alimentario.

Después de que la primera oleada de resultados constatase que el 27% de los encuestados tira entre el 5% y hasta más del 25% de alimentos a la basura a la semana, la segunda fase del estudio ha querido analizar cuáles son las causas principales del desperdicio alimentario. Según los últimos datos, una de estas causas es que los españoles compran y cocinan más comida de la que realmente necesitan. Así pues, de los hogares que más desperdician, el 40% cocina más cantidad de comida de la que realmente necesita y hasta el 23% de estos reconoce que llena la cesta de la compra con productos que luego no consume.

En esta línea, el 51% de los españoles más desperdiciadores confiesa que tira a la basura comida que no está en mal estado. Además, el 40% afirma que los alimentos frescos se les estropean y el 33% desecha directamente cualquier producto que está a punto de caducar.

“Los individuos que más desperdician parecen ser menos conscientes y más impulsivos en sus conductas de compra y consumo. Para motivar a estas personas a desaprovechar menos los alimentos, primero es fundamental que tomen conciencia del problema, por ejemplo, observando sus propios comportamientos, y

¹ Los resultados de este estudio, realizado por la firma de investigación de mercados IPSOS, se han obtenido a través de 1.000 entrevistas online a individuos de 16 a 65 años residentes en España, representativas a nivel nacional por sexo, edad y zona.

después que adopten decisiones de cambio con pequeños pasos prácticos en la planificación y en la forma de almacenar hasta convertirlos en un hábito cotidiano. No solo desperdiciarán menos, sino que además podrán tener una alimentación más equilibrada y saludable” explica Rafael Casas, psiquiatra y experto en promoción de hábitos saludables que ha colaborado en el estudio promovido por Nestlé y realizado por la firma de investigación de mercados IPSOS.

¿Cómo son los que más desperdician?

Analizando los hábitos de aquellos españoles que desperdician más alimentos, el VI Observatorio Nestlé apunta a que compran de forma más impulsiva y que son más desorganizados a la hora de ordenar y conservar adecuadamente los alimentos.

Según las cifras, compran con mayor frecuencia y el 13% va al supermercado sin lista de la compra, el doble que los españoles que menos desperdician. Además, el 55% reconoce que no planifica e improvisa el menú en función de la compra diaria. Algo que, según los datos, encarece la cesta de la compra. Hasta el 15% de ellos admite que se gasta bastante más del presupuesto previsto.

“Aunque al principio puede parecer una gestión y un esfuerzo añadido en nuestro día a día, planificar el menú semanal es clave para comer de forma más equilibrada. Además, al saber con antelación qué necesitamos, compraremos lo justo y necesario; lo que nos permitirá ahorrar en la cesta de la compra y evitar tener un excedente de alimentos que puedan acabar estropeándose y en la basura. Hoy además tenemos herramientas que planifican por nosotros como, por ejemplo, [Menú Planner](#) que ofrece una planificación semanal de comidas y cenas con sus respectivas recetas en un solo clic”, explica la responsable de Nutrición de Nestlé España, Laura González.

El estudio también muestra que los que más desperdician son más desorganizados. Solo el 55% de estos revisa el estado de los alimentos en la nevera. Además, únicamente 6 de cada 10 coloca los productos más antiguos de forma más visible en el frigorífico y en la despensa. *“Si queremos evitar tirar hasta un cuarto de los alimentos que compramos cada semana, un primer paso es poner más a la vista aquellos que están a punto de caducar y colocarlos adecuadamente en la nevera para conservar al máximo sus propiedades. En [Nestlé Cocina](#), además de recetas de reaprovechamiento, se incluyen prácticos consejos para sacar el máximo partido al frigorífico como, por ejemplo, separar los alimentos crudos de los cocinados, identificar los tapers o congelar en raciones individuales. Es posible reducir el desperdicio alimentario mediante estos pequeños cambios de hábitos muy sencillos de aplicar y con una mejor planificación de los menús”, concluye Laura González.*

Acerca de Nestlé

Nestlé está presente en 190 países de todo el mundo y cuenta con 308.000 empleados, firmemente comprometidos con el propósito de Nestlé de mejorar la calidad de vida y contribuir a un futuro más saludable. Su oferta de productos y servicios cubre las necesidades nutricionales de las personas y de sus mascotas en todas las etapas de la vida.

En España, Nestlé instaló su primera fábrica en La Penilla de Cayón (Cantabria) en 1905. En la actualidad, cuenta con 10 centros de producción distribuidos en 5 Comunidades Autónomas. El 56% del total de la producción española se destina a la exportación, principalmente a países de Europa.

Con una facturación de 1.930 millones de euros y una plantilla media de 4.130 personas en 2018, Nestlé lidera el mercado alimentario español con una amplia gama de productos: alimentos infantiles, lácteos, chocolates, cafés y bebidas a base de cereales, culinarios, cereales para el desayuno, aguas minerales, especialidades de nutrición clínica y alimentos para mascotas.